西尾市シルバー人材センター　にしお茶々ボンヌ通信　発行：令和８年６月15日

６月２３日に定時総会が開催されます。会場は昨年同様「にしし ん文化会館茶々っとホール」です。小ホールで行いますので、ぜ ひご出席ください。

当日は小ホールロビーにて、普段は６００円の呈茶を当日だけ１杯５００円で実施します！

ソーイング班の小物販売も行いますので、ぜひお楽しみに！！

茶々ボンヌのつどい

５月 28 日の茶々ボンヌのつどいは、今年も大盛り上がりの「やかんカーリング大会」！ やかんをコロコロ転がして６チームで対戦しました。思ったところで止まらないやかんに「あれれ？」と声が上がり、会場は笑いと拍手でいっぱい。今年は男性の参加もあり、応援の声もさらにパワーアップしました。 年齢も性別もなく、みんなでワイワイ楽しめるのがこの大会の魅力。次回のつどいも、思わず笑顔になる企画をご用意してお待ちしています！

子ども食堂　ごえん

開催日：毎月第２土曜日 11：00～14： 00
場　所：西幡豆町ポートタウンミュー内
食事処　ごえん
15 歳以下　無料
16 歳以上　300 円

次回の開催日は
7/11（土）

事前のご予約をお願いします。
☎63-1026

6/13 は親子丼でした！

シルバー人材センターで活躍する女性を『シルボンヌ』と言います♪

※「シルボンヌ（Silbonne）は、（シルバー（silver）と「ボンヌ（bonne）」（フランス語で女性の「お手伝い」「親切」「優れた」の意味）を合わせた造語です

健康麻雀知っていますか？

シルバーで健康教室『健康麻雀』が始まりました。シルバー世代にピッタリの認知症予防の「脳トレ」と聞き、先ずは参加してみました。教室は経験者と初心者に分かれていて、月１回の開催です。

「賭けない・飲まない・吸わない」をキャッチフレーズに健康に良い簡単な体操も教えて貰いました。

麻雀は、指先で牌に触れ、頭の中で「どの牌が来るか？」「どの役を作ろうか」「あの人はどの牌を集めているのか」と考え、点数計算もする。これらが脳を活性化させ、老化や認知症の予防に最適な頭脳スポーツだそうです。♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡♥♡

易しく教えていただきましたが、残念ながら全くの初心者の私は、何が脳トレになるの？「？？？」ばかりで何が何だか分かりませんでした…。でも折角の機会。私だけでなく同じ初心者の仲間もいます。開き直って、先ずは難しいルールを覚えるのは諦め。「牌に触れてみる」「ゲームの雰囲気を味わってみる」ことからスタートしよう。普段では出会えないシルバー会員の皆さんとの新しい出会いや会話を楽しむことにしました。

いつかきっと新しい仲間と一緒に「ポン！」と笑顔で言える時が来るのを信じて…。教えてくださる皆さん、温かく気長に見守って下さいね。宜しくお願いします。

茶々ボンヌ　今井聡子